

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan nasional sebagai landasan kemajuan suatu bangsa, salah satu ciri bangsa yang maju adalah bangsa yang memiliki tingkat kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas kerja yang tinggi. Ketiga hal ini dipengaruhi oleh status gizi (Kemenkes, 2014). Pembangunan nasional tidak terlepas dari sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Sumber daya yang berkualitas sebaiknya dipersiapkan sejak usia dini. Hal ini dikarenakan otak anak berkembang dengan cepat sejak lahir dan menurun seiring perkembangan usianya mengikuti teori *kurva bell*. Anak sudah mengembangkan kapasitas intelektualnya pada usia 4 tahun dan ketika usia 8 tahun sudah mencapai 80% dibandingkan kapasitas orang dewasa. Demikian juga daya serap informasi, anak sampai usia 8 tahun mampu menyerap informasi 100%. Usia lebih dari 8 tahun kapasitas tersebut turun menjadi 20%. Jadi, pendidikan pada anak usia dini sangat baik dan efektif untuk dilakukan (Hasan, 2009).

Pemerintah Indonesia berkomitmen meningkatkan layanan pendidikan anak usia dini hingga ke seluruh pelosok tanah air. Pendidikan anak usia 0-6 tahun dinilai sebagai strategi pembangunan sumber daya manusia yang fundamental dan strategis. Hal ini disebabkan anak-anak berada dalam masa keemasan, sekaligus periode kritis dalam tahap perkembangan manusia. Pada tahapan inilah diperlukan asupan gizi yang seimbang dan stimulus psikososial yang tepat (Damayanthi, dkk., 2013). Tujuan dari pendidikan anak usia dini adalah memberikan pengasuhan dan pembimbingan yang memungkinkan anak usia dini tumbuh dan berkembang sesuai dengan usia dan potensinya. Namun yang perlu diperhatikan dalam tumbuh kembang anak adalah asupan gizi yang cukup sesuai umur dan aktivitas.

Masalah anemia adalah masalah gizi penting dan banyak ditemui di dunia, prevalensi tertinggi ditemui di negara berkembang termasuk Indonesia. Hasil analisis data RISKESDAS (2013), menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi anemia pada balita usia 12 -59 bulan cukup tinggi, yaitu 28,1%, sedangkan anak-anak 5-14 tahun sebesar 26,4%. Anemia gizi disebabkan oleh hubungan timbal balik antara kecukupan *intake* gizi, terutama zat besi dan protein dengan infeksi penyakit terutama kecacingan. Di dalam tubuh zat besi berfungsi untuk membentuk sel darah merah.

Sementara sel darah merah bertugas mengangkut oksigen dan zat-zat makanan keseluruh tubuh serta membantu proses metabolisme tubuh untuk menghasilkan energi. Dampak yang ditimbulkan anemia gizi adalah kesakitan dan kematian meningkat, pertumbuhan fisik, perkembangan otak, motorik, mental, dan kecerdasan terhambat, daya tangkap belajar menurun, pertumbuhan dan kesegaran fisik menurun, serta interaksi sosial kurang (Istiany & Rusilanti, 2013). Keadaan ini tentu memprihatinkan bila menimpa anak-anak Indonesia.

Asupan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang dan salah satunya termasuk kejadian anemia anak yang ditandai dengan kadar hemoglobin darah dibawah batas normal. Hasil penelitian Ernalia dkk, (2013) menunjukkan ada perbedaan rata-rata asupan protein yang signifikan antara anak anemia dan anak non anemia di Kota Surakarta. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yaitu asupan protein berhubungan dengan kejadian anemia pada anak (Ernalia, dkk., 2013). Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia anak adalah asupan protein dan defisiensi besi. Kejadian ini ada hubungan dengan perilaku makan anak. Perilaku dilatarbelakangi oleh rendahnya pengetahuan anak tentang gizi dan kesehatan. Menurut Suhardjo (2003), sikap kritis dan hati-hati soal makan belum dimiliki anak Indonesia. Banyak alat dan cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, kewaspadaan dan perilaku makan yang baik pada anak. Salah satunya melalui permainan edukatif untuk memberikan pendidikan gizi sedini mungkin.

Protein merupakan zat gizi yang sangat penting bagi tubuh karena selain berfungsi sebagai sumber energi dalam tubuh juga berfungsi sebagai zat pembangun dan pengatur. Protein berperan penting dalam transportasi zat besi dalam tubuh. Kurangnya asupan protein akan mengakibatkan transportasi zat besi terhambat sehingga akan terjadi defisiensi besi (Almatsier, 2011). Konsumsi protein yang kurang memiliki kemungkinan untuk menderita anemia. Protein merupakan sumber utama zat besi dalam makanan. Absorpsi besi yang terjadi di usus halus dibantu oleh alat angkut protein yaitu transferin dan feritin. Transferin mengandung besi berbentuk ferro yang berfungsi mentransport besi ke sumsum tulang untuk pembentukan hemoglobin (Tadete, dkk., 2013). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Andarina dan Sumarmi (2006), pada anak balita usia 13-36 bulan di Sidoarjo menyatakan bahwa terdapat hubungan yang

bermakna antara tingkat konsumsi protein hewani dengan kadar hemoglobin, dimana balita yang mengkonsumsi protein hewani kurang dari 14,4% standar pola pangan harapan (PPH) mengalami anemia. RISKESDAS (2007), menunjukkan bahwa secara nasional rata-rata nasional Konsumsi Protein per Kapita per Hari adalah 55,5 gram. kecukupan protein sebesar 55,5 gram/kapita/hari dan dicukupi minimal 20% dari protein hewani dan 80% protein nabati. Mengacu pada anjuran tersebut, komposisi konsumsi protein di Indonesia ditunjukkan dengan pangsa protein hewani yang berasal dari daging, telur, susu dan ikan mencapai lebih dari 20%. Bahkan untuk di perkotaan, pangsa konsumsi protein hewani hampir mencapai 30%.

Taman kanak-kanak merupakan awal dari pengenalan anak dengan suatu lingkungan sosial yang ada dimasyarakat umum diluar keluarga. Seorang anak taman kanak-kanak sedang mengalami masa tumbuh kembang yang relative pesat. Pada masa ini, pertumbuhan fisik, emosional dan sosial anak berlangsung dengan cepat. Proses ini dipengaruhi oleh berbagai faktor dari diri anak sendiri dan lingkungan. Dalam hal konsumsi pangan, pada usia ini anak merupakan golongan konsumen pasif, yaitu belum dapat mengambil dan memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhannya. Sehingga pada usia ini anak sangat rentan terhadap berbagai masalah kesehatan (Susanto, 2004).

Pendidikan gizi pada anak usia dini bertujuan untuk membentuk perilaku gizi menjadi baik, mengingat kelompok usia ini memiliki kebiasaan, sikap yang masih relatif mudah dibentuk (Khomsan, 2002). Pendidikan gizi di sekolah berpeluang besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan gizi siswa yang dapat menjadi dasar untuk perubahan perilakunya. Siswa tersebut diharapkan menjadi perpanjangan informasi bagi guru dalam menjangkau orang tuanya, karena guru mempunyai pengaruh yang besar terhadap anak didiknya yang kadang-kadang lebih ditaati daripada orang tuanya (Suhardjo, 2003).

Program pendidikan gizi anak yang efektif dan bermanfaat membutuhkan kemampuan yang spesifik dari para pengembang kurikulum sekolah, guru dan orang tua. Intervensi melalui kelas dapat menjadi benteng bagi anak untuk meningkatkan keamanan dan sanitasi anak dalam pola makan dirumah (Sherman dan Mueahlhoff, 2007). Kurikulum pendidikan dasar di Indonesia belum mengajarkan ilmu gizi. Di negara maju anak-anak sejak kecil telah mendapatkan pendidikan gizi secara teratur. Pembelajaran di kelas dan program makan siang disekolah (*school lunch*), anak-anak

diberikan pendidikan gizi supaya memahami dan mempraktekkan pedoman gizi seimbang. Adanya pedoman gizi hampir setiap hari mereka diingatkan agar menyukai beragam jenis makanan.

Pendidikan gizi bagi anak Taman kanak-kanak sangat diperlukan, media yang dipilih harus media yang menarik dan menyenangkan agar mudah untuk dipahami oleh anak. Salah satu media yang dikembangkan oleh USDA (*United States Departemen Of Agricultures*) tahun 2006, dalam mendesain permainan edukatif untuk anak melalui instrumen *My Piramid for Kids*. Permainan ini menerapkan konsep yaitu membantu anak untuk makan yang baik dan menyenangkan. Tujuan dari permainan ini adalah memperkenalkan kepada anak cara makan yang sehat dan mengajarkannya cara makan yang baik serta aktivitas fisik seperti olah raga teratur (French *et al.*, 2006). Media untuk permainan edukatif anak dengan metode tradisional tanpa perangkat komputer menjadi permainan yang mudah, bermanfaat dan menyenangkan merupakan kunci terpenting dalam mendesain permainan anak. Media yang dipilih mudah diterapkan kepada anak taman kanak-kanak yaitu menggunakan media ular tangga gizi, dikarenakan anak usia ini masih tertarik pada permainan. Konsep ini merujuk pada konsep bermain sambil belajar (Wijanarka, dkk., 2013).

Berbagai bentuk pendidikan gizi telah dilakukan selama ini khususnya berkaitan dengan gizi seimbang. Namun dari pengalaman menunjukkan masih ada bahkan makin banyak jumlah anak sekolah yang mengalami anemia dan gizi kurang dari tahun sebelumnya. Pendidikan gizi dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dan media yang disesuaikan dengan sasaran. Metode permainan sebagai alat belajar dan mengajar dapat dipakai dalam pendidikan gizi. Lewat permainan, anak akan merasa bahagia. Perasaan suka cita itulah syaraf/*neuron* di otak anak dengan cepat saling berkoneksi untuk membentuk satu memori baru. Itulah sebabnya mengapa anak-anak dengan mudah belajar sesuatu melalui permainan. Permainan seharusnya memiliki nilai seimbang dengan belajar. Anak dapat belajar melalui permainan (*learning by playing*). Permainan harus dirancang dengan mempertimbangkan perkembangan psikologi anak, yaitu cenderung dinikmati sebagai permainan yang mengasyikkan, menumbuhkan kreativitas dan imajinasi. Selain itu dapat mengembangkan kemampuan *kognitif* dan *motorik*, mengasah kemampuan berpikir logis yang mengarah pada pemecahan masalah, mengembangkan kemampuan mengidentifikasi permasalahan secara visual,

menumbuhkan semangat pantang menyerah dan usaha mandiri. Dalam permainan kelompok, dapat membangun kemampuan berinteraksi dengan orang lain melalui diskusi dan perdebatan-perdebatan yang menyenangkan. Permainan kelompok dapat menjadi wahana latihan berkomunikasi, menggairahkan, karena ada gambar warna-warni, pilihan topik, dan tingkat kesulitan yang amat bervariasi, aman dan tidak mudah rusak, mudah dimainkan (Hendriani, 2010).

Alat Permainan Edukatif (APE) yaitu alat permainan yang dapat mengoptimalkan perkembangan anak. Alat ini mengandung nilai pendidikan, dimainkan sesuai dengan usia dan tingkat perkembangan anak (Sari, 2010). Metode permainan melalui media ular tangga gizi adalah permainan papan yang dibagi dalam kotak-kotak kecil yang didalamnya terdapat informasi dan gambar tentang makanan sumber protein sehingga informasi yang akan disampaikan lebih mudah dipahami dalam suasana yang menyenangkan. Permainan ular tangga gizi merupakan salah satu *cooperative play* dan termasuk permainan tradisional yang murah, mudah dibuat, dan biasa dilakukan oleh anak-anak dengan bentuk strategi pembelajaran yang efektif melalui pendekatan aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan bagi para siswa (Saputri, dkk., 2012). Media permainan ular tangga gizi dapat diberikan kepada anak taman kanak-kanak karena permainan ini mudah dimainkan, anak belajar untuk bekerja sama dan berkompetisi yang sehat (*fairplay*), bersosialisasi dengan teman sebaya, serta bermain sambil belajar.

Pendidikan gizi yang dilakukan selama ini masih banyak menggunakan model penyuluhan, leaflet, dan poster. Sebenarnya upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan media yang tepat, menarik, dan mudah dipahami bagi anak. Anak taman kanak-kanak merupakan usia bermain. Mereka lebih tertarik pada media belajar yang menyenangkan. Berdasarkan faktor ini perlu dikembangkan media pendidikan gizi yang tepat, menarik, dan disukai anak. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan konsumsi protein hewani bagi anak taman kanak-kanak.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah yang dikemukakan yaitu :

1. Apakah ada pengaruh pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga terhadap konsumsi protein hewani pada anak taman kanak-kanak?
2. Apakah ada pengaruh pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga terhadap peningkatan kadar hemoglobin bagi anak taman kanak-kanak?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah :

#### **1. Tujuan Umum**

Untuk menganalisis pengaruh pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan konsumsi protein hewani bagi anak taman kanak-kanak.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk menganalisis pengaruh pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga terhadap konsumsi protein hewani bagi anak taman kanak-kanak.
- b. Untuk menganalisis pengaruh pendidikan gizi melalui permainan model ular tangga terhadap peningkatan kadar hemoglobin bagi anak taman kanak-kanak.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bukti empiris bahwa media permainan edukatif gizi bentuk ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran konsumsi pangan hewani sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada anak taman kanak-kanak.

#### **2. Manfaat Praktis**

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan oleh :

- a. Dinas Kesehatan Kabupaten dan Puskesmas dalam membina usaha kesehatan sekolah pada taman kanak-kanak sehingga anemia pada anak didik dapat dicegah.
- b. Orang tua dan guru taman kanak-kanak dalam menyadarkan pentingnya protein dari hewani pada masa tumbuh kembang anak sehingga menjadi optimal, sehat, aktif dan produktif terhindar dari anemia.